5.070 Polievka pórová so zemiakmi a syrom
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	18,00	18,00	20,00	20,00	22,00	22,00	25,00	25,00
pór	3,00	2,40	3,00	2,40	3,50	2,75	4,00	3,20
zemiaky	5,00	3,00	5,00	3,00	6,00	3,60	6,00	3,60
olej	0,10	0,10	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40
múka hladká	0,15	0,15	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40
maslo	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10
soľ	0,10	0,10	0,10	0,10	0,12	0,12	0,10	0,10
ochucovadlo			0,03	0,03	0,03	0,03	0,05	0,05
petržlenová vňať čerstvá	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07	0,15	0,11
tvrdý syr	0,40	0,40	0,60	0,60	0,80	0,80	1,00	1,00
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	

Receptúra

Výrobný postup

Umyté, očistené, nadrobno nakrájané zemiaky dáme variť do slanej vody. Na časti oleja speníme očistený, umytý pokrájaný pór, podlejeme vodou a dusíme. Pridáme k uvareným zemiakom. Polievku zahustíme nasucho opraženou múkou, pridáme olej a vodu. Premiešame do polievky, zjemníme maslom, pridáme ochucovadlo a varíme ešte 20 minút. Strúhaný syr vkladáme do hotovej polievky do každej porcie zvlášť.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	Vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	336	81	2,38	3,5	0,9	9,0	1,7	78,6	1,2	0,045	0,1	0,0	11,9	0,0
B	390	94	2,95	4,5	1,2	9,3	1,7	99,0	1,2	0,049	0,1	0,1	11,9	0,0
C	502	120	3,78	6,1	1,8	11,5	2,0	123,9	1,4	0,057	0,1	0,1	13,6	0,0
D	597	143	4,58	7,6	2,5	12,9	2,1	151,0	1,6	0,085	0,1	0,1	15,9	0,0